

食の視点から考えるSDGs

SDGs（エス・ディー・ジーズ）とは？

持続可能な開発目標（SDGs：Sustainable Development Goals）とは、2030年までに達成すべき持続可能でよりよい世界を目指す国際目標です。17のゴールと169のターゲットから構成され、地球上の誰一人取り残さないことを誓っています。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



SDGsとその達成のためのさまざまな取り組みが注目を集めています。そのひとつが、食べ残し、売れ残り、期限が近いといった理由で、まだ食べられる食品が大量に捨てられる「食品ロス」の問題です。今回はその現状と対策について知り、考えてみましょう。

食品ロスを減らすために

日本では、食べられるのに捨てられる食品「食品ロス」の量が年間522万トンと推計されており、日本の人口1人当たり毎日おにぎり1個（113g）を捨てている計算になります。もったいないですね。身近なところから食品ロスを減らすため、出来ることから取り組んでみましょう。

～食品ロスを減らす3つのコツ～

- ① 買いすぎない
家にある食品を照らし合わせて、また、予定を考えて、必要な分だけ買しましょう
- ② 作りすぎない
体調や家族の予定などを考えて、作りすぎないようにしましょう。
- ③ 食べ残さない
作った料理は、早めに、美味しく食べきりましょう。